

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«**СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ Н.В. Соболева

« ____ » _____ 2022 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

**МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНОЙ ВОСПИТАННОСТИ
ПОДРОСТКОВ 15-17 ЛЕТ ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО
СЕВЕРА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАРОДНЫХ ИГР**

Научный руководитель

к.п.н., доцент Н.В. Соболева

Выпускник

Е.Е. Старков

Нормоконтролер

Е.А. Рябченко

Красноярск 2022

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме «Методика формирования духовной воспитанности подростков 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера с использованием народных игр»

ДУХОВНАЯ ВОСПИТАННОСТЬ, МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНОЙ ВОСПИТАННОСТИ, ПОДРОСТКИ 15-17 ЛЕТ.

Актуальность. В современных условиях наблюдаются многочисленные и разноплановые проявления у детей, особенно у подростков, отрицательных черт характера, выражающихся в духовной невоспитанности, в слабом волевом развитии, в недостатках в развитии черт и качеств личности. Несоответствие духовно-нравственных качеств определенной части молодежи, особенно подростков, принятым в обществе нормам, необходимость совершенствования всей системы морально-этического воспитания молодого поколения в условиях возрастания роли морального фактора в жизни общества свидетельствуют об актуальности изучения педагогических основ духовного развития подростков.

Цель исследования: разработка и экспериментальная проверка эффективности методики формирования духовной воспитанности подростков 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера с использованием народных игр.

Объект исследования: процесс физического воспитания в сельской школе в условиях крайнего севера.

Предмет исследования: методика формирования духовной воспитанности на занятиях физической культурой учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.

Выводы: в исследовании доказано, что народные игры являются частью общенациональной культуры, имеющей глубокие корни в истории развития нашей многонациональной страны. Проводя курс на формирование духовной воспитанности, мы тем самым приобщаем школьников к истокам духовности.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1 Теоретические аспекты духовного развития учащихся 15-17 лет.....	7
1.1 Основные подходы к проблеме духовного развития	7
1.2 Духовное значение народных игр физического воспитания в Республике Саха (Якутия).....	10
1.3 Анатомо-физиологические и психологические особенности подростков 15-17 лет	16
2 Организация и методы исследования	25
2.1 Организация исследования	25
2.2 Методы исследования.....	26
3 Анализ хода результатов эксперимента по внедрению методики формирования духовной воспитанности учащихся в сельской школе подростков 15-17 лет в условиях крайнего севера.....	28
3.1 Разработка методики внедрения народных игр на уроках физической культуры для формирования духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.....	28
3.2 Разработка и обоснование шкалы оценивания уровня духовной воспитанности учащихся в сельской местности в условиях крайнего севера....	39
3.3 Экспериментальная обоснование методики духовной воспитанности подростков 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера	43
Заключение	54
Список использованных источников.....	55
Приложения А – Б.....	Ошибка! Закладка не определена.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность: проблема духовного развития подрастающего поколения в наши дни не теряет своей актуальности. Вызывает тревогу смена ценностных ориентаций подростков, рост деструктивных форм их активности, наличие внушительного процента тех, кто ведет асоциальный образ жизни.

В современных условиях наблюдаются многочисленные и разноплановые проявления у детей, особенно у подростков, отрицательных черт характера, выражающихся в духовной невоспитанности, в слабом волевом развитии, в недостатках в развитии черт и качеств личности. Несоответствие духовных качеств определенной части молодежи, особенно подростков, принятым в обществе нормам, необходимость совершенствования всей системы морально-этического воспитания молодого поколения в условиях возрастания роли морального фактора в жизни общества свидетельствуют об актуальности изучения педагогических основ духовного развития подростков.

Снижается роль семьи в формировании духовных ценностей, наблюдается отрицательное влияние средств массовой информации, современной музыки, моды, массовой культуры, что приводит к разрушению адекватных представлений старших школьников о добре и зле, совести, долге, вере, ответственности. Становится очевидным тот факт, что современных школьников больше интересуют гаджеты и компьютерные игры, а не духовные ценности.

По существу, мы имеем целое поколение, частично или полностью лишенное социально-культурных корней, оторванное от живой, питательной среды национальной культуры, место которой заполнено и продолжает заполняться инородными образцами массовой культуры.

В последние годы наметилась тенденция, связанная с возвращением государства в сферу социально-культурной деятельности старших школьников. Это вызвано признанием недостаточной эффективности воспитательной работы, реализуемой образовательными организациями и другими общественными институтами.

Поиск рациональных путей решения духовных проблем воспитания учащейся молодежи всегда ассоциируется с именами выдающихся педагогов нашей страны: Н.К. Крупской, А.В. Луначарского, А.С. Макаренко, К.Д. Ушинского, В.А. Сухомлинского и др. Общепедагогические проблемы нравственного воспитания изучали многие специалисты-педагоги, как О.С. Богданова, Л.Ю. Гордин, В.Е. Гурин, Э.П. Козлов, В.М. Коротов, Б.Т. Лихачев, И.Ф. Харламов, М.И. Шилова, М.Г. Яновская и многие другие. Анализ их трудов и других имеющихся исследований по проблемам духовного воспитания дает возможность отметить, что по мере продвижения общества вперед актуальность проблемы повышается, выявляя все новые и новые ее аспекты. В силу этого работы многих исследователей не в полной мере удовлетворяют возрастающие запросы практики.

В отечественной и зарубежной литературе достаточно подробно рассмотрены особенности формирования духовных качеств старших школьников. Сущность и природа социализации подростков и роль воспитания в этом процессе анализировались рядом отечественных и зарубежных философов, социологов, педагогов, психологов. Наиболее полно эти проблемы раскрыты в работах К.А. Абульхановой-Славской, Б.Г. Ананьева, С.С. Батенина, Т.И. Заславской, Я.А. Коменского, Е.С. Кузьмина, В.Т. Лисовского, В.А. Лукова, А.А. Мальцева, А.В. Мудрика, К.Д. Ушинского и др. Значительный вклад в разработку методологии воспитания старших школьников внесли исследования Ю.К. Бабанского, В.П. Беспалько, Л.О. Гордина, Л.В. Занкова, Б.П. Есипова, Б.Т. Лихачева, И.Я. Лернера, Д.И. Фельдштейна, Г.И. Щукиной и др.

Гипотеза: мы предполагаем, что внедрение в процесс физического воспитания методики формирования духовной воспитанности с использованием народных игр повысят уровень духовной воспитанности подростков 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера.

Цель исследования: разработка и экспериментальная проверка эффективности методики формирования духовной воспитанности подростков

15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера с использованием народных игр.

Объект исследования: процесс физического воспитания в сельской школе в условиях крайнего севера.

Предмет исследования: методика формирования духовной воспитанности на занятиях физической культурой учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ литературы по проблеме влияния народных игр на духовное развитие детей 15-17 лет.
2. Разработать методику формирования духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.
3. Обосновать и экспериментально проверить эффективность методики формирования духовной воспитанности посредством народных традиционных игр на занятиях физической культурой.

Методы исследования: теоретический анализ литературы; диагностические методы, включающие: наблюдение, беседу, анкетирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Структура выпускной квалификационной работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, трёх разделов, заключения, списка использованных источников. В работе 8 таблиц, 6 рисунков. Список использованных источников представлен 53 работами.

1 Теоретические аспекты духовного развития учащихся 15-17 лет

1.1 Основные подходы к проблеме духовного развития

Поскольку нравственность человека раскрывается через категории «духовность», «дух», «душа», рассмотрим их значения и историко-генетический подход в науке.

Так, В. Н. Шаповал отмечает, что отечественная школа и педагогическая мысль от периода Киевской Руси (IX-XIII вв.) перестраивалась в структуре деятельности церкви, то отметим, что нравственность, как педагогическая категория этого периода, является сугубо религиозным понятием: детей приобщали к церковно-религиозной обрядности и конфессиональному типу христианства [23].

В христианстве четко различаются «душа» и «дух». Последний трактуется как часть Троицы (Святой Дух, Бог-Отец и Бог-Сын). Учение о Святом духе «прямо переходит в мистику Церкви и становится одной из ипостасей Троицы».

Обратимся к педагогической теории К. Д. Ушинского, на выражение которого ссылаются сторонники религиозно-церковной нравственности, цитируя ученого-педагога относительно того, что «есть только один идеал совершенства, перед которым склоняются все народности, это идеал, который дает христианство». Но было бы ошибочно отождествлять палитру педагогических взглядов К. Д. Ушинского только с христианской догматикой. Ведь педагог в своих трудах отмечал, что наставник не должен внушать своих убеждений воспитаннику, что это является огромным насилием, которое только можно себе представить: насилие ума взрослого, обладающего множеством средств, «над разумом бессильным и беспомощным» [29].

К. Д. Ушинский рассматривал термин «нравственный» в смысле «собирательного названия для всех психических явлений, присущих только человеку», им были определены ориентиры, новые принципы нравственного развития ребенка - деятельностный, связанные с трудом. Именно этого, ка

отмечет В. Н. Шаповал, сейчас особенно не хватает для воспитательного процесса, замкнутого в голом морализаторстве, бесконечных поучениях и нотациях [3].

Рассматривая нравственность как духовный феномен, В. А. Сухомлинский ставил перед собой задачу выяснить роль самих факторов, определяющих нравственное лицо школьников. На наш взгляд, ценным является подход отечественного педагога к формированию нравственности на основе возрастных особенностей, а также выдвижение на первый план не средовых факторов, а личностного, внутреннего развития нравственных чувств школьника.

Особое внимание В. А. Сухомлинский придает именно нравственным чувствам, правилам, убеждениям и идеалам юношей и девушек через познание самих себя, внутреннего духовного мира. Большую роль здесь играют нравственные чувства подростков, их моральная оценка и самооценка, где главную роль играет совесть [2].

Старший школьный возраст является периодом открытости к различным социально-нравственным, духовным и педагогическим воздействиям и готовности их принятию, именно на данном этапе наиболее ярко и интенсивно развиваются нравственные качества школьника.

К основным задачам духовного развития Ю. И. Россова относит:

- знакомить с основными духовно-нравственными ценностями на основе образцов русской культуры, понятиями добродетелей, добра и зла;
- знакомить с правилами этики общения и отношений между людьми;
- способствовать формированию у детей психологической готовности к обучению в школе, к преодолению адаптационных трудностей, усвоение навыков организации здоровой нравственной атмосферы в детском коллективе, семье, среди близкого окружения;
- учить детей анализировать свои действия, поступки, мотивы и соотносить их с общечеловеческими ценностями;
- способствовать пониманию того, какое большое значение имеет соблюдение моральных правил;

- проводить учебно-воспитательные беседы для повышения детской готовности к решению различных жизненных ситуаций, в которые может попасть ребенок;

- учить различать положительные и отрицательные поступки, давать им оценку;

- помогать детям познавать и воспринимать морально-этические ценности и применять их в своем поведении;

- воспитывать в детях моральные ценности - любовь к людям, Родине, природе, уважение к родителям и старшим, трудолюбие, способность преодолевать трудности, склонность бескорыстно делать добро;

- воспитывать духовно-нравственные чувства;

- воспитывать у детей устойчивую потребность в постоянном регулировании своего поведения за заведомо усвоенными морально-этическими нормами;

- предотвращать возникновение негативных эмоций: зависти, ревности, злорадства;

- развивать эмоционально-волевую и когнитивную сферы детей для лучшего отображения их мнений;

- поддерживать детей в самосовершенствовании через развитие их духовно-нравственных ценностей;

- развивать эмпатию и желание быть нужным людям, умение радоваться успехам других, сочувствовать неудачам;

- развивать нравственное сознание, умение осмысливать нравственные ценности народа [14].

Чем больше сознание школьника изучает, даваемые ему эталоны взаимодействия своего тела с формами и явлениями знакомого ему окружающего мира, тем быстрее и активнее школьник, как таковой, включается в правильные, не караемые авторитетом взрослых, взаимоотношения с окружающей действительностью.

Призывая детей поступать определенным образом, взрослые разъясняют на конкретном примере целесообразность и правильность такого поведения. Этим самым предупреждается появление формальных знаний, когда дети имеют общие представления о том, как следует поступать, но не могут руководствоваться ими в повседневной жизни.

Частью целостного процесса нравственного воспитания является процесс формирования нравственного представления как важнейшего компонента нравственного сознания личности. В нравственном представлении дошкольников обобщается опыт нравственных чувств и поведения школьника. Нравственное представление детей старшего школьного возраста формируется в различных видах деятельности, в которых затрагиваются нравственные отношения личности к другим людям, к обществу, к ценностям культуры, к самому себе.

Нравственные представления – это важные смысловые образования в структуре личности, являющиеся продуктом трансформации общественных ценностей в индивидуальные ориентиры, на основе которых личность осмысливает действительность и выстраивает конструктивные отношения с миром и собой [6].

Таким образом, мы видим, что в процессе духовного развития у «истоков» стоят духовные представления старших школьников, которые характеризуются тем, что у детей формируются первоначальные моральные суждения и оценки.

1.2 Духовное значение народных игр физического воспитания в Республике Саха (Якутия)

Изучение наскальных рисунков по верхнему и среднему течению реки Лены, вдоль ее притоков - рек Алдана и Олекмы в Якутии показали, что древние люди на своих рисунках изображали характерные позы и движения копытных животных, зверей, птиц, похожие на позы и движения в современных физических упражнениях и играх. Безусловно, наскальные изображения имеют

культовое значение, отражают религиозные представления древних людей и связаны с обрядами поклонения древним божествам, духам, Солнцу и т.д. С другой стороны, можно утверждать, что на этих рисунках отображен целый комплекс физических упражнений (ходьбы, бега, метания, лазания и др.), без которых и сами культовые обряды не могли бы проводиться [43].

На многих рисунках древние люди изображали отдельные фрагменты, сцены, видимо, происходивших игр или состязаний, а на некоторых рисунках эти древние люди демонстрировали свои физические качества - бег, силу, прыгучесть и т.д.

Большинство физических упражнений и игр коренных народов Якутии представляют собой копирование, подражание движениям животных, зверей, птиц, а также поведенческой тактики соперников при схватках пернатых, зверей, домашних животных и т.д.

Например, якутские прыжки "кылыы" (прыжки на одной ноге) напоминают скачки журавлей, стерхов; прыжки "ыстанга" (прыжки с ноги на ногу) напоминают широкий шаг скачущего оленя; прыжки "куобах" (на двух ногах) - заячьи прыжки. Игры также похожи на движения животных и называются "Быть медведем", "Быть оленем", "Волк и жеребята", "Ястреб и утки" и т.д. [46].

Академик Гонтмахер П.Я. считал, что в истории возникновения физических упражнений, игр и состязаний первостепенную по важности роль сыграла охота. Охотники, наблюдая за движениями и играми животных и птиц, а также их соперничеством при схватках, стали подражать и воспринимать их действия для охотничьих целей и удовлетворения своих физических и эстетических потребностей. Затем, реализуя потребность в зрелищах, стали устраивать состязания, соревнования, чтобы помериться на них своими силами [52].

Коренные народы Якутии в процессе своего исторического развития в силу ограниченности социально-экономических условий существования, экстремальных природно-климатических условий, тяжелого и сложного

характера труда при занятии скотоводством, земледелием, охотой, рыболовством создали-собственную самобытную, достаточно рациональную систему физического воспитания, отличную от физического воспитания в других регионах Севера-Востока России. Главной задачей была подготовка ребенка с раннего возраста к самостоятельной трудовой жизни и продолжению традиций своего народа и прежде всего своих родителей. Необходимым условием при этом были забота о всестороннем физическом развитии детей, привитие им всей суммы нравственных и эстетических норм, передача накопленных знаний об окружающей природной среде, ее богатствах и способах существования в ней, обучение трудовым навыкам [30].

Забота о всестороннем физическом развитии детей была связана с необходимостью воспитать в ребенке качества настоящего хозяина тайги и тундры, человека, который мог бы успешно бороться с сильным морозом, жарой, ветром и морем, т.е. с бесконечными капризами северной природы.

Этнопедагогика физического воспитания коренных народов Якутии развилась и распространилась с накоплением опыта ведения трудной и жестокой борьбы за существование и выживание в экстремальных условиях Севера.

Практический и теоретический опыт физического воспитания, его богатейшее содержание, формы, методы и принципы передавались из поколения в поколение для воспитания физически крепкого, психологически и нравственно устойчивого подрастающего поколения в семье, роду, в процессе жизнедеятельности этносов в суровых условиях Севера [36].

Передача опыта традиционного физического воспитания шла по строго начертанным правилам и законам. Начальный этап передачи опыта, т.е. семейное, индивидуальное воспитание, осуществляют отец, мать, старший брат, сестра, дедушка, бабушка или близкий родственник. Затем обучение проходит в коллективе под руководством более опытных людей, наставников, вождей племени, рода для подготовки молодежи к трудовой деятельности и военному делу.

Традиционное физическое воспитание при этом выполняло свою главную, жизненно важную функцию - приспособление этноса к экстремальным условиям Севера, укрепление здоровья и приучение к традиционным профессиональным видам деятельности (скотоводство, оленеводство, охота, рыболовство и т.д.).

Коренные народы Якутии по сравнению с народами других, соседних, регионов Севера оказались более последовательными в сохранении уникальной самобытной традиционной физической культуры. Они создали своеобразную комплексную систему воспитания, в том числе и систему физического воспитания, в таком виде больше не встречающуюся у других народов Севера-Востока России, и здесь речь идет об учении айыы, о философских традициях школы "кут-сюр", учении "Ураанхай саха огото", "Юрюнг Уолан", "Кыыс Куо", в которых основное значение придается всестороннему физическому развитию, воспитанию и образованию на примере самобытной жизни и деятельности народов Севера [45].

Учение "айыы" опирается на философское учение "кут-сюр", являющегося его составной частью и построено на принципе единства процесса воспитания и образования. В прошлом наши предки достаточно точно знали и определяли генетические программы задатков и способностей каждого вновь родившегося ребенка, прогнозировали его будущую судьбу и жизнь [48].

Заботой и стремлением родителей были - вырастить своих детей физически развитыми, здоровыми, способными к труду, охоте, скотоводству, коневодству, ремеслам, рыболовству; к защите родного очага, рода, племени, жизни и деятельности родного народа. Кроме того, родители на основе использования многочисленных иносказаний в виде сказок, загадок, игр, олонхо, рассказов развивали умственные и образовательные способности своих детей.

Учение "кут-сюр" (духовность) - направлено на воспитание образованного, культурного и разносторонне физически развитого человека, бережно относящегося к родной природе, хранящий и умножающий заветы предков, живущий в строгом соответствии с законами мирового развития.

Система учения айыы охватывает широкий круг направлений воспитания и обучения, включая умственное, нравственное, трудовое, физическое и эстетическое. При этом они тесно связаны, переплетаясь между собой и дополняя друг друга. Физическое воспитание по «системе айыы» проходило в тесном контакте и единстве с трудовым и психическим воспитанием и закаливанием, так как от соблюдения этого единства зависел успех формирования физически крепкой, психически стойкой и профессионально подготовленной личности [47].

Возрождение национальной системы учений "Ураанхай саха огото", "Юрюнг Уолан" и "Кыыс Куо" в практике воспитания и образования является примером жизнестойкости традиционного народного способа воспитания, т.е. народной педагогики. Ее возрождение связано с созданием Концепции обновления и развития якутской национальной школы. В частности, Концепцией был предусмотрен пересмотр постановки работы в области физического воспитания в отношении использования традиций этнопедагогики и определение его места в системе непрерывного образования, начиная с детских дошкольных учреждений, общеобразовательных школ и до ССУЗов, ПТУ и ВУЗов. В связи с этим были приняты программы по физическому воспитанию, где 25-30 % от общего количества программных часов отводится на применение народных игр и национальных видов спорта. В отдельных малокомплектных школах преподавателям физкультуры разрешено самостоятельно вносить изменения и дополнения в программу по физическому воспитанию [34].

Богатейший информационный материал о традиционном физическом воспитании содержат в себе величественные произведения народного Эпоса якутов - олонхо, вершина духовного богатства народа, а также жанр устного народного творчества (мифы, легенды, предания, сказания и др.). В них отражены реалии трудового опыта, исторического прошлого народа, образно и объективно освещаются происходившие некогда события с участием конкретных лиц или коллективных участников. В олонхо можно найти описание целого арсенала средств и методов физической подготовки и закаливания организма их

главных героев. Герой олонхо - богатырь, воин, защитник рода и племени, который с момента рождения проходит суровую школу разностороннего физического, психического, морально-волевого развития. Ему предстоит выдержать серию испытаний в силе, быстроте, выносливости, смелости, решительности, храбрости. Испытания всегда были строгими и сложными: уметь увертываться от стрел, ловить стрелы на лету, отбиваться от меча, поднимать и таскать тяжести, быстро бегать, перепрыгивать через горящие костры, метко стрелять, владеть в совершенстве навыками верховой езды, обливаться, купаться в ледяной воде и т.д. К восемнадцати годам юноша должен стать настоящим "боотуром", и он получает доспехи - меч, стрелы, панцырь и т.д. [43].

Изучение материалов устного народного творчества (олонхо, предания, сказки, рассказы и т.д.) позволяют сделать вывод, что физическое воспитание у коренных народов Якутии решало главные и основные задачи укрепления здоровья, закаливания организма, всестороннего физического развития, формирования и совершенствования жизненно необходимых двигательных навыков и умений для развития традиционных отраслей хозяйства Севера, воспитания основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и т.д.), а также любознательности, рассудительности, умственной способности, доброты, смелости, храбрости, решительности, уравновешенности и т.д.

Коренные народы Якутии очень четко знали систему нормирования физической нагрузки с учетом возраста, физической подготовленности, состояния здоровья. Особенностью ее является метод постепенной адаптации организма (тренировки) к физическим нагрузкам, который и называется "учение тела" (эт уорэтиитэ). Учение тела (в современном понимании "тренировка тела") - глубоко продуманный, выверенный временем тренировочный процесс. Он применяется во всех сферах трудовой деятельности, где выполняются те или иные работы с большой физической нагрузкой в течение продолжительного времени. Фольклор коренных народов Якутии рождался в недрах семьи и прививал новому поколению любовь к традиционным занятиям, уважение к

старшим, к родным местам, учил ребенка физическому совершенству, труду, усвоению необходимых норм отношений в человеческом общении [46].

В традиционной этнопедагогике коренных народов Якутии важная роль отводилась детской игре, отражающей быт, культуру и представления о физическом совершенстве. Народные игры с производственными, бытовыми и спортивно-состязательными сюжетами представляли собой начальную трудовую и жизненную подготовку детей. В настоящее время на примере 150-ти собранных игр и состязаний различного направления (беговые, прыжковые, силовые, интеллектуальные и др.) показан весь арсенал имеющихся средств разносторонней физической подготовки, развития у детей художественно-эстетического вкуса, жизненной сноровки.

Игры детей коренных народов Якутии отличаются многовариантностью, комплексностью, универсальностью. Большинство игр создавались и придумывались самими детьми или подсказывались их родителями, которые стремились учитывать интересы своих детей. Игры повторяли, копировали деятельность взрослых, являлись своеобразным средством подготовки детей к будущей профессиональной деятельности [52].

1.3 Анатомо-физиологические и психологические особенности подростков 15-17 лет

Если обратиться к научному определению возраста человека, то можно сказать, что-это автономный период созревания индивидуума, который будет отличаться своим особым своеобразием [14].

В литературе возрастные периоды формирования человеческого организма выделены на основе особенностей онтогенеза, а также специфических общественных процессов или культурных соображений.

Старший школьный возраст является примером точнее всего онтогенетического выделения возраста, так как рассматриваемый возраст можно связать с началом пубертатного созревания.

Старший школьный возраст - один из переломных на дороге к биологической зрелости индивида, что обуславливается началом полового созревания, морфологическими и физиологическими перестройками внутренних органов индивида.

К основным физическим особенностям старших школьников в следует отнести следующие процессы:

- процесс увеличения роста, что приводит к незначительной потере координационных способностей, неловкости, несуразности, не всегда подросток может владеть своим телом;

- процесс увеличения массы мышц и мышечной силы при значительно пониженных способностях к продолжительным физическим нагрузкам и концентрации, скорой утомляемости, что соответственно вызывает строгого дозирования нагрузок в этот период [12];

- процесс диспропорции сердечной и сосудистой систем, что обусловлено тем, что процесс увеличения объеме сердечной мышцы проходит очень стремительными темпами, нежели рост соответственных сосудов. Это может привести к некоторым функциональным нарушениям, таким как: появляется учащенное сердцебиение, повышается артериальное давление, возникают головные боли, головокружение, повышается утомляемость, могут быть потемнения глазах при острых движениях и пр.;

- процесс перестройки эндокринной и нервной систем, в рамках которой повышения секреции половых и других внутренних желез может привести к доминированию процессов возбужденности над процессами торможения, что может привести к раздражительности, несдержанности, неуравновешенности ребенка.

Процесс полового созревания и стремительного физического развития определяют и психологические особенности рассматриваемого возрастного периода индивида. Отечественная возрастная периодизация в своих исследованиях использует основную теорию Л. С. Выготского. В соответствии с теорией Л.С. Выготского, процесс формирования состоит в присвоении

индивидом социального и исторического опыта в следствие взаимного действия с окружающим миром и различными людьми.

В.Д. Юдин считает, что к ведущим критериям выделения того или другого возрастного периода, следует отнести такие критерии, как:

- общественные обстоятельства формирования;
- ведущий тип действий;
- существенные возрастные новообразования.

В.Д. Юдин считает, что между возрастными периодами индивид остро ощущает возрастные кризисы перехода из одного периода в другой [20].

Итак, в старшем школьном возрасте имеются характерные признаки:

- негативизм, то есть постоянная отрицательная установка по отношению ко всему окружающему;
- стремление к анализу и самоанализу;
- депрессия, выражающаяся в появлении безразличия к окружающему миру, чувства пустоты, одиночества.

Причем, протекание кризиса подросткового периода может проходить по нескольким сценариям:

- «кризис независимости». Данный кризис, по мнению исследователей, может выражаться чувством сильно развитого негативизма, упрямством, грубостью, бунтарством, постоянным стремлением поступать по-своему, противостоянием авторитетам, ревностном отношении к личностному пространству;

- «кризис независимости». Сценарий «кризиса зависимости» может выражаться путем безмерного подчинения, возвращение к ребячьим формам поведения, подвластности от старших, несамостоятельности, инфантильности суждений, подчинению воззрению большинства.

Старший школьный возраста одолевает 3 основные фазы:

- первая фаза – предкритическая(негативная), характеризующаяся тем, что в сознании ребенка разрушаются ранее существующие стереотипы. В семье не

редко мать и отец не соображают, что же может такое происходить с их подростком, в связи с этим часто возникают большие семейные разногласия [18];

- вторая фаза - кульминационная точка кризиса, происходящая примерно в возрасте от 15 до 16 лет.

Именно на данном периоде возрастного развития могут появляться предпосылки для формирования установки на девиантное поведение, возможны бунт, протест и пр.;

- третья фаза - посткритическая. Данная фаза характеризуется формированием новых взаимоотношений со своими ровесниками, с родителями и с окружением.

У старших школьников значительно улучшается дыхательная система. Дыхательный цикл увеличивается и значительно растет дыхательный объем. Старший школьный возраст характеризуется завершением развития пищеварительной системы. В данном возрасте пищеварительная система готова к употреблению разнообразной пищи и правильной работе пищеварения.

У старших школьников происходит процесс созревания мочеобразования. Основные изменения происходят в гормонах и железах секреции. Развитие гормонов сказывается на правильной работе сердечно-сосудистой, дыхательной, половой, нервной системы, а также обмена веществ [23].

Старший школьный возраст характеризуется активизацией половых желез и надпочечников. В процессе полового созревания происходит и процесс максимального развития физической подготовленности.

Развитие вредных привычек у детей старшего школьного возраста сказывается на их общем физическом развитии. Вредные привычки тормозят и не дают в полной мере раскрыть свой потенциал. Основными вредными привычками в старшем школьном возрасте являются: курение, алкоголь и наркотики.

Весь старший школьный период продолжается познавательное развитие личности. У старших школьников бурно продолжают развиваться целеустремленность, избирательность, содержательность и планомерность

восприятия. Продолжать расти объем, концентрация, распределения и преднамеренность внимания. Повышается избирательность и объем памяти, абстрактность ее характера. Мыслительная функция в данный период заканчивает свое развитие и делается в своем формировании идентичным мышлению взрослого индивида.

Л.И. Божович [6] полагала, «что стержневой момент кризиса будет приходиться на формирование самосознания ребенка, которое так же, как и его существенные стороны самооценки, является сложным и длительным процессом, сопровождающийся целым набором гамм специфических волнений».

Известный ученый-психолог Д.Б. Эльконин полагал, «что старший школьный возраст взаимно связан с новообразованиями, которые возникают из ведущих занятий предшествующего периода. Учебные занятия ориентированы на изменение ориентации на мир, в пользу ориентации на самого себя».

Изучая смысл, роль и значение старшего школьного периода с точки зрения психического развития, Д.И. Фельдштейн опирается на анализ логики психофизиологического формирования и связи подросткового периода с окружающей средой. В зависимости от того, как происходит социальная ориентация в старшем школьном возрасте, будет в дальнейшем положено на формирование социальных установок индивида.

С точки зрения Д.И. Фельдштейна присутствуют следующие уровни развития личности старшего школьника:

- рубеж 14-15 лет. Данный уровень характерен стремлением к независимости и надобность в признании независимости в мире взрослых, где «Я» подростка должно выступать на равных условиях со взрослыми; устремление выйти за предел круга взаимоотношений с родными и перешагнуть в круг широких общественных отношений. Появляется заинтересованность к собственным психофизическим и моральным особенностям, а также надобность в оценке личных качеств и качеств окружающих.

- 15-16 лет. Данному уровню характерно признание своих возможностей со стороны окружающих, завоевание доверия, «ибо я тоже взрослый». Таким

образом, поиск конкретных взрослых дел, т.е. видов деятельности, которые имеют общественное признание и обретающих оценку социума.

- 16-17 лет. Данный уровень характеризуется усилением потребности в признании окружением, понимания не только своих обязанностей, но и прав в социуме. Происходит развитие нового уровня самосознания ребенка-подростка - осознанное восприятие себя участником общественных отношений, восприятие себя как социально значимого индивида – субъекта [4].

Подростковый жизненный этап необходим в жизни, так как он имеет важное значение для индивидуализации, и в связи с этим старший школьный возраст часто ученые и исследователи называют «вторым рождением личности», так как активный рост самосознания, свойственный в старшем школьном возрасте - поворотный в формировании личности индивида.

Самоутверждение является ведущей надобностью в старшем школьном возрасте. Главным образом модифицируется общественная ситуация формирования. Школа, которая когда-то была объектом получения знаний, начинает терять свое прямое назначение, однако в состоянии сохранить свое назначение с позиций потенциала в возможности самоутвердиться в школьных стенах. Ощущение взрослости имеет незначительный характер, объективную самооценку можно только рассматривать в конце старшего школьного периода. В подростковом периоде выглядеть взрослым и быть взрослым считается одним и тем же. Как уже отмечалось выше дети этого возраста прибегают к использованию внешних атрибутов взрослого человека: яркий макияж, непристойное поведение, распитие спиртных напитков и пр. [17].

На базе новых образований рефлексии учебной деятельности происходит активизация личностной рефлексии (но только сформировываются, критические ответы, односторонние).

В старшем школьном возрасте ребенку главное самоутвердиться среди своего окружения. Мнение взрослых не получает одобрение и авторитет взрослые постепенно с взрослением подростка утрачивается [33].

Пубертатный период характеризуется «реакцией группирования», т.е. дети стремятся к объединениям в группы. Тяга причисляться к какой-то группе часто бывает таким сильным, что ребенок-подросток может даже придумывать группы значимых сверстников. Когда ребенок-подросток не проявляет тягу объединениям в группы, то возможно у него есть ряд отклонений в развитии. Пубертальному возрасту характерен ряд целостных ценностей, совместность деятельности, деятельность может быть, как спонтанного характера, так и случайного.

Чтобы ребенку было комфортно в любой группировке, он должен реализовать следующие потребности:

- совместная работа, то есть внести свой вклад в общее дело;
- коммуникативная значительность;
- чувство умственной состоятельности.

Следует отметить, что рассматриваемый возраст является порой вопросов. Изначально в старшем школьном возрасте свойственно неприязнь к противоположному полу, однако к окончанию старшего школьного возраста оно заполняется душевным содержанием. Далее остановимся на физическом развитии детей старшего школьного возраста.

Наибольший рост мышц относится к возрасту от 15 до 17 лет. В 15 лет средний показатель становой силы девяносто-сто кг.

В старшем школьном возрасте происходит увеличение скорости бега в результате развития скоростно-силовых качеств и мышечной силы. Увеличение скорости передвижений характеризуется высоким темпом роста преимущественно в подростковом возрасте. Это обусловлено формированием скоростно-силовых способностей. У старших школьников есть хорошие условия для развития этих качеств при широком круге применения средств скоростно-силовой направленности.

В 15-17 лет у детей происходит рост максимальной частоты движений, порой, достигаемый показателей взрослого человека, позволяя ориентироваться на психофизиологические основы к воспитанию технике скоростных, скоростно-

силовых локомоций (спринтерский бег, сложно-технические виды спорта, метательные упражнения и другая спортивная деятельность) [34].

В связи с этим следует отметить, что целесообразно в старшем школьном возрасте развивать скоростно-силовые способности.

Во время учебных занятий следует применять физические упражнения на укрепление менее развитых групп мышц (косых мышц тела, отводящих, приводящих, сгибателей, разгибателей - как верхнего плечевого пояса, так и задней поверхности бедра).

Все больше в настоящее время использование получает одно физическое упражнение для выполнения ряда задач с учетом сопряженных воздействий.

В ходе учебных занятий выбирать физические упражнения следует:

- по направленности, характеризующейся по структуре и содержанию (для совершенствования технико-тактических действий, воспитания физических качеств);

- по действию на ряд функциональных возможностей (аэробные, анаэробные, смешанные);

- по длительности и интенсивности, числу повторений, величине пауз и т.д.

Интенсивность, объем нагрузок для детей старшего возраста следует планировать с учетом их психофизиологических способностей, уровня физической работоспособности, а не весоростовых показателей.

Использование интенсивных нагрузок необходимо использовать с осторожностью и с достаточными паузами для восстановления.

Это является очень важным, так как у детей старшего школьного возраста возможным будет проявления увеличенной утомляемости от физических нагрузок, высокая эмоциональная возбудимость, раздражительность. Если рассматривать этот вопрос со стороны спортивной тренировки, то непосредственно возможны замедленные темпы роста спортивного мастерства [23].

Постепенное возрастание относительной силы мышц рук, которая определяется в тесте как «подтягивание на перекладине», происходит только до

14 лет. Также тенденцию к увеличению с возрастом имеет силовая выносливость мышц брюшного пресса, однако, при этом прирост не существенный.

В возрасте 15-17 лет следует начинать развивать специальную выносливость. Применяются упражнения длительностью от 20-30 секунд до 3-5 минут. Общая выносливость развивается в упражнениях продолжительностью больше часа.

Стоит сказать, что старший школьный возраст может характеризоваться тем, что темп возрастных функциональных и морфологических перестроек может понижаться (с этим будет ограничиваться прирост быстроты движений).

Пубертатный период обусловлен возможным падением темпа в скоростно-силовых упражнениях и данную парадигму следует учитывать в дальнейшем. Поддержка скоростно-силовых качеств поддерживается и развивается с помощью специальных физических упражнений, имеющих соответствующую направленность. Так же в пубертатном периоде будет факт неравномерного развития такого физического качества как выносливость.

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

Процесс исследования осуществлялся в шесть этапов в период с 2020 по 2022 гг.

Первый этап исследования (февраль-май 2020 г.) включал в себя изучение научной и научно-методической литературы, в результате чего было выявлено состояние изучаемого вопроса и сформулирована тема исследования, определены основные положения работы, а также подобраны методы исследования и проведен сбор информации для дальнейшего исследования.

На **втором этапе** (июнь-октябрь 2020 г.) нами была разработана методика формирования духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.

На **третьем этапе** (ноябрь-февраль 2020-2021 гг.) нами была разработана шкала оценивания уровня духовной воспитанности учащихся. Шкала содержала четыре оценки, где «3» – самая низкая, «5» – самая высокая. Каждой оценке соответствовали определённые критерии, которые были получены с помощью изучения научной литературы, бесед с учителями.

На **четвёртом этапе** (март-июль 2021 г.) нами была разработана анкета (Приложение А) и проведено анкетирование, с целью выяснения экспертной оценки, составленной нами шкалы. Вопросы анкеты были размещены в онлайн-доступе в виде «Google-формы». Всего в анкетировании приняли участие 32 учителя.

На **пятом этапе** (август-декабрь 2021 г.) решались следующие задачи: 1) определение способов внедрения народных игр в процесс обучения; 2) анализ их эффективности на основе сопоставления полученных эмпирических данных.

На **шестом этапе** (январь-июнь 2022 г.) исследования нами были проанализированы все полученные данные, проведена обработка результатов педагогического эксперимента методами математической статистики, были

сформулированы выводы и осуществлено окончательное оформление выпускной квалификационной работы.

2.2 Методы исследования

1. Анализ научно-методической литературы;
2. Диагностические методы (наблюдение, беседа, анкетирование);
3. Педагогический эксперимент;
4. Методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы – это наиболее доступный и в то же время трудоемкий метод исследования, так как он требует от исполнителя высокой работоспособности и умения критически оценивать прочитанное с учетом избранной темы исследования. Этот метод требует также определенных навыков работы с литературой: умения делать выписки, конспектировать, группировать материал в соответствии с планом работы [26]. Изучение литературы необходимо для более четкого представления методологии исследования и определения общих теоретических позиций, а также выявления степени научной разработанности данной проблемы [27].

Диагностические методы:

Анкетирование – вербально-коммуникативный метод исследования, в котором в качестве средства для сбора сведений от респондента используется специально оформленный список вопросов – анкета.

Наблюдение – организованное, целенаправленное и фиксируемое восприятие психических явлений с целью их изучения в определённых условиях.

Беседа – введение тематически направленного диалога между учителем и учеником с целью получения сведений от последнего.

Метод математической статистики – это математические приемы, формулы, способы количественных расчетов, с помощью которых количественные показатели, получаемые в ходе эксперимента, можно обобщать, приводить в систему, выявляя скрытые в них закономерности [40].

Обработка результатов исследования проводилась по основным статистическим параметрам, а именно:

1. Вычисление средней арифметической величины (\bar{x}) – характеризует среднее значение выборочной совокупности, ее групповые свойства. Среднее арифметическое можно найти по формуле

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n},$$

где x_i – результат выборки, n – количество выборок.

2. Вычисление дисперсии (D) – средний квадрат отклонения значений признака от среднего арифметического. Вычисляется по формуле

$$D = \frac{\sum x_i^2 - \frac{(\sum x_i)^2}{n}}{n-1},$$

где x_i – результат выборки, n – количество выборок.

3. Вычисление стандартного отклонения (σ) – корень квадратный из дисперсии, формула приведена ниже.

$$\sigma = \sqrt{D},$$

где D – дисперсия.

4. Вычисление стандартной ошибки среднего арифметического. Стандартная ошибка средней арифметической характеризует степень отклонения выборочной средней арифметической от средней арифметической генеральной совокупности.

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}},$$

где σ – стандартное отклонение, n – количество выборок.

5. Достоверность различий (p) определялась по t-критерию Стьюдента при уровне значимости 5%.

3 Анализ хода результатов эксперимента по внедрению методики формирования духовной воспитанности учащихся в сельской школе подростков 15-17 лет в условиях крайнего севера

3.1 Разработка методики внедрения народных игр на уроках физической культуры для формирования духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера.

Цели и задачи данного этапа опытно-экспериментальной работы:

Учащиеся после прохождения методики должны:

1. Иметь представление:

- что такое народные игры, состязания в устном народном творчестве;
- что такое национальные виды спорта.

2. Знать:

- историю возникновения и становления традиционных физических упражнений, игр и состязаний у коренных народов Якутии;

- традиционные этнокультурные представления народов Якутии о физическом воспитании;

- этнопедагогические особенности физического воспитания у коренных народов Якутии;

- классификацию народных и подвижных игр;

- методику обучения и тренировки по национальным видам спорта.

3. Овладеть:

- основными элементами техники национальных видов спорта.

Данная методика рассчитана на 4 недели. Состоит из 12 занятий, проводимых с периодичностью 3 раза в неделю.

Занятие 1

Знакомство с национальной физической культурой. История возникновения и становления традиционных физических упражнений, игр и состязаний у коренных народов Якутии.

Средства:

1. Рассказать историю возникновения и становления традиционных физических упражнений, игр и состязаний у коренных народов Якутии.
2. Показ наглядных пособий по национальным видам спорта.
3. Ответить на вопросы, интересующие учащихся.

Занятие 2

Лекция про традиционные этнокультурные представления народов Якутии о физическом воспитании.

Средства:

1. Закрепить материал, изученный на предыдущем занятии.
2. Рассказать про традиционные этнокультурные представления народов Якутии о физическом воспитании.
3. Ответить на вопросы, интересующие учащихся.

Занятие 3

Лекция про этнопедагогические особенности физического воспитания у коренных народов Якутии.

Средства:

1. Закрепить материал, изученный на предыдущем занятии.
2. Рассказать про этнопедагогические особенности физического воспитания у коренных народов Якутии.
3. Ответить на вопросы, интересующие учащихся.

Занятие 4

Задача 1: ознакомить учащихся с техникой выполнения «тутум эргиир» («якутской вертушки»)

Средства:

1. Показ наглядных пособий.
2. Показ техники выполнения якутской вертушки.

Задача 2: научить технике выполнения якутской вертушки

Средства:

1. Выполнить упражнение надо после тщательной разминки всего тела. Для начала нужно выполнять мостик на мате, так как мостик — это основное положение при выполнении якутской вертушки.

2. Приступаем к выполнению якутской вертушки. Сесть на одну ногу (опорную), далее – завести вторую за неё и начать вращение туловищем.

3. Основная техника упражнения заключается в обретении баланса. Помочь учащимся определить хват и правильную амплитуду выполнения упражнения.

Методические указания: при выполнении вращения придерживать учащегося за талию для страховки. Главное – сесть на ногу (так как вы сидите на корточках, только на одной ноге), нет необходимости напрягать спину и отводить ноги далеко.

Занятие 5

Задача 1: ознакомить учащихся с техникой выполнения прыжков «кылыы».

Средства:

1. Показ наглядных пособий.
2. Показ техники выполнения прыжков «кылыы».

Задача 2: научить технике выполнения прыжков «кылыы».

Средства:

1. Разбег – полностью индивидуален и зависит от уровня физической и технической подготовленности учащегося. Разбег выполняется с ускорением и достигает максимального уровня к моменту отталкивания.

2. Отталкивание – на данном этапе нога ставится на брусок для отталкивания на стопу очень быстрым движением. Туловище в этот момент несколько наклонено вперед, это положение обеспечивает наименьшую потерю горизонтальной скорости. Само отталкивание начинается с разгибания в коленных суставах и заканчивается полным выпрямлением толчковой ноги. Руки в момент отталкивания совершают одновременное маховое движение вперед, тем самым усиливают отталкивание и скачок.

3. Скачок – (полетная фаза) выполняется вперед – вверх. Маховая нога как бы продолжает бег: выносится согнутой в коленном и тазобедренном суставах. Толчковая нога, также согнутая в коленном и тазобедренном суставах, обгоняя маховую, выносится вперед, затем загребающим движением опускается на грунт – с носка на всю ступню. Отталкивание, фаза полета и постановка стопы на грунт составляют один скачок. Последующие скачки должны выполняться ритмично, невысоко, с акцентом направленности движения вперед, чем вверх. Туловище при этом слегка наклоняется также вперед, руки выполняют одновременное встречное маховое движение по отношению к ногам для сохранения равновесия и более энергичного продвижения вперед само прыгуна. В «кылыы» главной ошибкой прыгунов считается высокие скачки на первых двух-трех прыжках.

4. Приземление – начинается на шестом скачке «выбрасыванием» голени обеих ног далеко вперед. Приземление должно выполняться строго по правилам. Оно должно быть совершено на обе ноги. Согласно правилам, в тех случаях, когда прыгун приземляется на одну ногу или сделал меньше, или больше шести прыжков, этот прыжок ему не засчитывается, и судья объявляет попытку неудачной.

Методические указания: Надо отработать разбег очень тщательно. Чем короче разбег, тем он должен быть интенсивнее. Несогласованные движения рук и ног. Чтобы предотвратить эту ошибку, необходимо, чтобы была отработана техника прыжка. Для этих целей подойдет имитация движений на месте, в висе и с небольшим выпрыгиванием. Ноги опускаются слишком рано. Причина этому – слабые мышцы живота и спины. Желательно дополнительно отработать движения ног в висе. Неполное разгибание коленных и тазобедренных суставов при отталкивании указывает на то, что прыгун слишком торопится при выполнении упражнения, вследствие этого время отталкивания становится слишком коротким.

Занятие 6

Задача 1: ознакомить учащихся с техникой выполнения прыжков «куобах».

Средства:

1. Показ наглядных пособий.
2. Показ техники выполнения прыжков «куобах».

Задача 2: научить технике выполнения прыжков «куобах».

Средства:

1. Разбег, почти такой же, как для прыжков «кылыы».
2. Отталкивание в прыжках «куобах» совершается двумя ногами.

Вместо отталкивания (на брусок) обе ноги ставятся на всю ступню, носки должны быть на одном уровне, разводить ступни ног на расстояние длины стопы не разрешается. В момент отталкивания прыгун занимает положение глубокого приседа. Его туловище наклонено вперед, обе руки отводятся назад до отказа. Отталкивание начинается с выпрямления ног. В полетной фазе ноги сгибаются в коленном и тазобедренном суставах, туловище наклонено вперед. Руки совершают маятникообразные движения в переднезаднем направлении.

3. Приземление в последующих прыжках совершается на полную ступню ног, согнутых в коленном и тазобедренном суставах, с наклоном туловища вперед.

4. Весь цикл заканчивается на седьмом прыжке выбрасыванием обеих ног вперед.

Методические указания: указать на типичные ошибки: чрезмерный наклон туловища вперед, что приводит к «закручиванию» туловища; выполнение последующих прыжков с носка; постановка стоп ног на неодинаковом уровне при последующих отталкиваниях; несинхронная постановка стоп при последующих приземлениях; разведение ступней ног на расстояние длины стопы.

Занятие 7

Задача 1: ознакомление с народными настольными играми коренных народов Республики Саха (Якутия).

Игры являются одним из больших разделов нашей общенациональной культуры. Они разносторонне отражают все области материального и духовного творчества.

Средства:

1. Показ наглядных пособий.
2. Показ техники выполнения игр.

Задача 2: научить учащихся играть в настольные игры.

Средства:

1. Игра «Хабылык» («Лучинки») – является самой древней игрой. Играют простыми лучинками, которыми пользовались в каждой семье для растопки якутского очага камелек. Когда-то ими играли малые дети, затем постепенно начали играть и взрослые члены семьи. Игра в лучинки учит считать, обозначать, воображать, соображать быстрее. Так игра в лучинки стала одним из видов якутской национальной культуры.

«Лучинки» представляют собой палочки длиной в 16 см, шириной 0,9 мм, толщиной 0,4 мм с острыми краями по обоим бокам в количестве 30 штук. Игрок берет в ладони палочки, подбрасывает на высоту 10-20 см и ловит тыльной стороной ладони. Пойманные палочки снова подкидывает и ловит ладонью. Пойманные палочки – лошади – делятся по два. И если в конце останется одна палочка, он берет ее себе и продолжает игру. Игрок старается ловить одну палочку средним и безымянным пальцами. В конце игры участники подсчитывают своих «лошадей». Игрок, у которого больше всех «лошадей», становится «господином».

2. Игра в «камешки» - игра «пятью камешками» - одна из самых распространенных в мире. Ареал этой игры, начиная с Греции, охватывает Россию, Среднюю Азию, Монголию, Корею. Каждый народ считает эту игру своей. По продолжительности ее бытования в нашем краю, популярностью в

народе мы тоже считаем «хаамыска» своей игрой. Если в других странах играют речными камешками, то мы используем деревянные кубики. Их делают из брусочков дерева любой породы, 5 кубиков размером 1,5 на 1,5 см. Но в отличие от других стран, только наша «хаамыска» развита как спортивный вид и популярна среди населения. Наш народ создал различные варианты игры в «хаамыска». Играют не только 5, но и 7, 9 камешками.

Количество игроков не ограничено. Игроки сидят за столом. Ведущий берет кубики и подбрасывает вверх, а игроки должны ловить их. Кому попадет кубик с отметиной, то начинает игру. Первый игрок берет в правую ладонь 5 кубиков и подбрасывает «главный» кубик вверх, остальные 4 рассыпает на стол и ловит подкинутую. Каждый раз, подбрасывая вверх кубик и ловя его, игрок подбирает их со стола: по одному в 1-ый раз, по 2 – во второй раз, вначале 1, затем остальные 3 одновременно – в 3-ий раз, сразу все 4 кубика – в 4-ый раз.

Занятие 8

Продолжение ознакомления с настольными играми коренных народов Республики Саха (Якутия).

Средства:

1. Игра «Баайа» (волчок) – надо просверлить посередине деревянный кубик размером 7 см на 7 см, затем воткнуть в него палочку размером с карандаш так, чтобы она торчала из кубика на 1 см. Волчок крутят против солнца все по очереди, независимо от того, выиграл игрок или нет. Волчок надо раскрутить и опустить на стол. Остановившись, он упадет на одну из сторон. На каждой стороне нарисованы разные знаки: крест, 3 линии, 5 линий, прорубь. Каждому игроку выдается по 11 палочек. Это их «богатство». Крутящимся волчком игрок делает ставку: 1 или несколько палочек. Другие кладут столько же. Первый игрок раскручивает волчок. Пока он крутится, другие игроки, стуча по столу, кричат: «Прорубь!». Если волчок упадет 3-мя линиями вверх, играющий должен взять 3 палочки, крестом- он отдает 3, «прорубью» - отдает 7,5 линий – забирает все себе. Если один выигрывает все палочки, то игра начинается сначала. Все делают ставки заново, если кто-то «обанкротится», он может взять долг у друга.

2. Игра «Тырыынка» (палочки) –нужны тонкие палочки из дерева, длина которых равна ширине ладони. Надо сделать столько палочек, сколько поместится в сжатой руке. Из одной «тырыынка» делают наподобие ложечки.

Первый игрок, держа на столе все палочки вертикально в одной руке, резко ослабляет их захват. Затем он собирает свободно лежащие палочки, после чего при помощи специальной палочки – ложечки очень осторожно вытаскивает остальные. В случае, когда игрок заденет при вытаскивании другую палочку, то игра прекращается, и палочки передаются следующему игроку.

После сбора игроками всех тырыынка состязание прекращается. Победитель определяется по наибольшему количеству набранных тырыынка.

Занятие 9

Задача 1: ознакомление с командными играми коренных народов Республики Саха (Якутия).

Средства:

1. Показ наглядных пособий.
2. Показ техники выполнения игр.

Задача 2: обучить учащихся играть в командные игры коренных народов Якутии.

Средства:

1. Игра «Огус уонна чоночок» «Бык и пень».

Цель: Ознакомить трудом землепашества, развивать силовые качества, упорства, закалять качества терпимости.

С распространением землепашества в Якутии наши предки расчищали места для посева зерновых, выкорчевывая лес. Веселая игра " Бык и пень" возникла в этот период истории народа. В игре участвуют две команды. От каждой из них выступает один игрок, "бык". Никто из двух соперников не желает стать "пнем".

Игроки должны стать на четверенки спинами друг к другу. Ведущий надевает веревку на шею игроков и проводит ее через подмышки, чтобы игрокам было удобно тащить друг друга. Потом на линии упора роводить линию. По

команде ведущего игроки начинают тащить друг друга в разные стороны. Тот, кто перетянет соперника в свою сторону, считается победителем и называется «быком», а проигравший становится "пнем"

2. Игра «Баай-Байанай»

Ознакомить духом охоты Байанайом, развитие мышление и координацию движений, обогащение словарного запаса, закрепить пушных зверей тайги.

Ход игры:

Игру начинают охотники (2-3 учащихся)

“Прославленный Байанай!

веселый хозяин лесной

гони ко мне

гони ко мне

Охотничью мне

Удачу пошли! (У Байаная просят хорошей охоты)”

остальные дети становятся "зверями" и отвечают

“Иди добычу бери...

Столько дам тебе.

Сколько ты в силах поднять,

Сколько до дому донесешь”

и убегают. В середине зала чертятся несколько кружков – это убежище "зверей". Убегая звери спасаются в этих кружках. Пойманные дети убывают из игры. В конце игры считают свои добычи и благодарят Байаная.

Занятие 10

Задача 1: ознакомление с техникой прыжков через нарты.

Средства:

1. Создать у занимающихся представление о прыжках через нарты;
2. Анализ техники прыжков через нарты по видеофильмам, кинограммам, фотоснимкам.
3. Показ и объяснение техники выполнения прыжков через нарты.

Задача 2: обучение технике выполнения прыжков через нарты.

Средства:

1. Освоить технику прыжков через нарты. Преодолеть психологический барьер в прыжках через нарты.

Прыжки на месте с активным выпрямлением ног в коленном и голеностопном суставах. Отталкивание строго вверх и группировка, расслабление мышц, выполнивших работу. Приземление с амортизацией силы удара. Приземление на переднюю часть стопы и повторное отталкивание. Многократные прыжки с одновременным отталкиванием двух ног через десять-двадцать нарт.

2. Освоить технику движения рук в сочетании с дыханием.

Прыжок через нарты, акцентируя внимание на движениях рук и дыхании. (Движения обеих рук вперед-вверх, согнутые в локтевом суставе - вдох; опускание рук, согнутых в локтевом суставе - выдох.)

3. Освоить технику разворота после преодоления десяти нарт.

Показ техники выполнения разворота после преодоления десяти нарт. Прыжков с одновременным отталкиванием двумя ногами на месте с разворотом на 180*. При этом руки движутся так же, как при преодолении нарт. Обратить внимание на расслабление мышц и восстановление дыхания в период разворота после преодоления десяти нарт. (После разворота - расслабление мышц, наклон, глубокий вдох и выдох - подготовка к дальнейшим действиям.)

Занятие 11

Задача 1: Ознакомление с техникой метания аркана на хорей

Средства:

1. Создать у занимающихся представление о метании аркана на хорей;
2. Анализ техники метания аркана на хорей по видеофильмам, кинограммам, фотоснимкам.
3. Показ и объяснение техники метания аркана на хорей.

Задача 2: обучение технике метания аркана на хорей.

Средства:

1. Освоить правильный сбор аркана-тынзьяна. Показать сбор колечками. Объяснить последовательность и особенности сбора аркана, особо обращая внимание занимающихся на держание костяшки. Обучить выполнение намотки двух-трех витков с последней части аркана. Обучить выполнение намотки аркана с середины. Обучить сбору всего аркана для метания на соответствующую длину.
2. Освоить метание первого мотка с костяшкой. Показать и объяснить, как держать собранный аркан. Из исходного положения, метание первого мотка аркана в цель на расстоянии 4,5,6,8,9,10,13,15 м. Метать первый моток аркана так, чтобы он раскрывался в длину и в ширину равномерно. Метать так, чтобы аркан раскрываясь, падал сверху вниз. Метание, изменяя усилие броска, особое внимание уделяя действию пальцев.
3. Освоить технику выпуска второго мотка за первым мотком. Показать и объяснить технику выпуска второго мотка за первым мотком. Выполнять это упражнение с паузой после выпуска первого мотка перед началом выпуска второго мотка. Метание осуществляется различными усилиями. При этом внимание должно быть направлено не только на выпускание второго мотка, вперед-вверх, но и на технику выпуска первого мотка.
4. Изучение техники метания в целом. Многократные имитации движений метания аркана правой и левой рукой. Метание на дальность. Метание с акцентом неравномерное раскрытие и падение аркана сверху вниз: на

дальность, на определенное расстояние 6,8,10м. Метание аркана сбоку прямой рукой и согнутой рукой из-за плеча на различные расстояния и меняя направления метания, акцентируя внимание на работу пальцев (опущение аркана) и ритм движений.

Занятие 12

Приглашение на занятие известных людей труда, спортсменами. Для проведения беседы с учащимися в неформальной обстановке.

Таким образом, вышеупомянутая методика включает в себя ознакомление с народными играми коренных народов Республики Саха (Якутия) с применением наглядных пособий, показов, объяснений. Игры коренных народов республики Саха (Якутия) необходимо рассматривать в органическом единстве со всей духовной культурой современного общества и как одно из важных средств воспитания подрастающего поколения республики.

3.2 Разработка и обоснование шкалы оценивания уровня духовной воспитанности учащихся в сельской местности в условиях крайнего севера

Чтобы во время проведения контрольного тестирования было легче и объективнее оценивать уровень духовной воспитанности учащихся нами была составлена специальная шкала оценивания уровня духовной воспитанности. Но применить её без экспертной оценки мы не могли, поэтому нами было проведено анкетирование, которое позволило оценить верность созданной нами шкалы, узнав мнение учителей общеобразовательной школы.

Шкала оценивания уровня духовности учащихся (табл. 1), состоит из четырёх оценок, где «3» - самая низкая оценка и «5» - самая высокая. Каждой оценке соответствовали определённые критерии, которые были получены с помощью изучения научной литературы и бесед с учителями общеобразовательной школы.

Таблица 1 – Шкала оценивания уровня духовной воспитанности

Оценка	Критерии
3	Отсутствие системы знаний о духовных ценностях; невыполнением либо нарушением норм общественной морали; несформированностью внутренних регуляторов нравственного поведения.
4	Недостаточная осознанность и неустойчивость ориентации на духовные ценности; формы нравственного поведения находятся в большей зависимости от конкретной ситуации, предъявляемых требований; нравственная позиция определяется как положительно-неустойчивая.
5	Наличие знаний об основах общечеловеческой морали; сформированностью духовных ценностей, проявляющихся как устойчивое свойство личности; устойчивостью и действенностью морально-волевых проявлений.

Высокий уровень «5» характеризуется наличием знаний об основах общечеловеческой морали; сформированностью духовных ценностей, проявляющихся как устойчивое свойство личности; устойчивостью и действенностью морально-волевых проявлений.

Средний уровень «4» характеризуется недостаточной осознанностью и неустойчивостью ориентации на духовные ценности; формы нравственного поведения находятся в большей зависимости от конкретной ситуации, предъявляемых требований; нравственная позиция определяется как положительно-неустойчивая.

Низкий уровень «3» характеризуется отсутствием системы знаний о духовно-нравственных ценностях; невыполнением либо нарушением норм общественной морали; несформированностью внутренних регуляторов нравственного поведения.

В ходе исследования нами было проведено анкетирование, с целью выяснения экспертной оценки, составленной нами шкалы. Вопросы анкеты были размещены в онлайн-доступе в виде «Google-формы». Всего в анкетировании приняли участие 32 учителя, из которых 31,7% - высшую, 43,3% имели первую квалификационную категорию, 25% - категория отсутствовала (рис. 1).

КВАЛИФИКАЦИОННАЯ КАТЕГОРИЯ УЧИТЕЛЕЙ

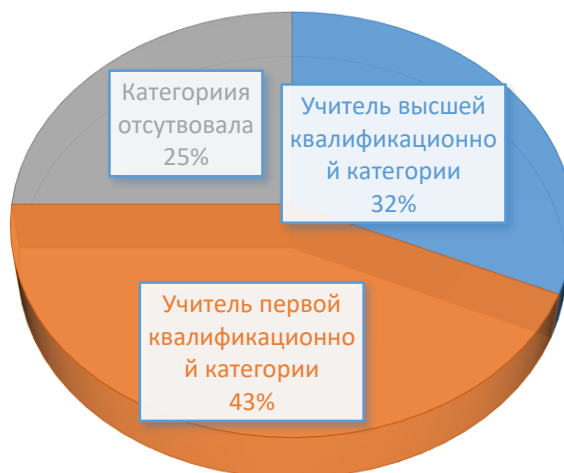


Рисунок 1 – Квалификационная категория учителей – респондентов

Большинство респондентов, а именно 38% имели стаж, составляющий 4-6 лет, 22% в – 6-8 лет, 21% – 8 лет и более, стаж 1-4 – 19% (рис. 2)

СТАЖ РЕСПОНДЕНТОВ

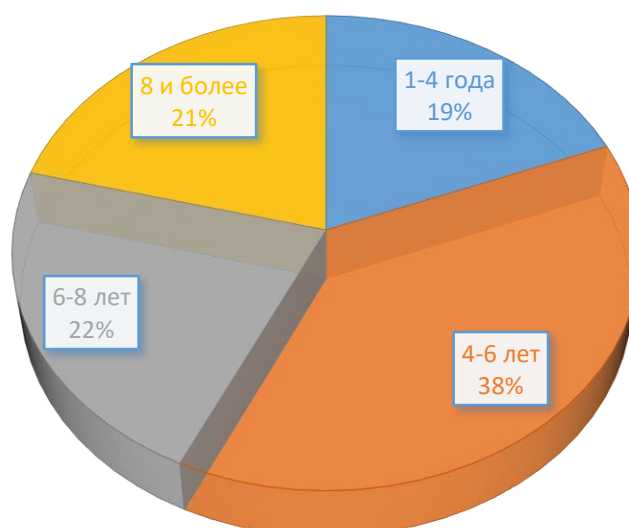


Рисунок 2 – Преподавательский стаж респондентов

Вопросы анкеты были составлены таким образом, чтобы респонденты писали свои замечания, если таковые имелись, либо отвечали положительно, согласившись с составлением критериальной шкалы. Но к моему удивлению респонденты все на 100% согласились с составленной шкалой оценивания духовного уровня учащихся.

Ниже представлены результаты (рис. 3).



Рисунок 3 – Мнение респондентов о критериях оценки «3,4,5»

Исходя из проанализированных результатов, проведённого нами анкетирования, можно сделать вывод о том, что данное анкетирование позволило нам оценить верность созданной шкалы оценивания уровня духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера, и на основе результатов анкетирования можно заключить, что шкала верна.

3.3 Экспериментальное обоснование методики духовной воспитанности–подростков 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера

На констатирующем этапе исследования для проведения педагогического эксперимента нами были выбраны 2 группы старших школьников – 32 человека. В контрольную группу вошли 20 подростков. В экспериментальную – 12 подростков. На начальном уровне выявляли духовное воспитание старших школьников по разработанной нами шкале оценивания.

Диагностика начального уровня духовного воспитанности подростков осуществлялась с помощью анкеты (приложение Б). Опрос проходил в письменной форме. Ответы фиксировались в бланках ответов. Подросткам предлагалось ответить на 10 вопросов. Результаты подсчитывались, и вычислялась сумма баллов за ответы каждого участника эксперимента. Максимальное количество баллов, которое мог набрать подросток, 24 балла. Уровни духовного воспитания подростков определялись по количеству набранных в результате опроса баллов: высокий уровень – 19-24 балла оценка - «3», средний уровень – 11-18 баллов оценка «4», низкий уровень – 1-10 баллов оценка «5».

Данные опроса мы свели в таблицу 2 с ответами подростков контрольной группы. Из них низкий уровень духовно-нравственного воспитания у 17 человек и 3 подростка достигли высокого уровня.

Таблица 2 – Ответы подростков в контрольной группе

№ вопроса/ имя ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Сумма баллов
1.	0	2	1	1	1	1	0	1	2	0	2	1	12
2.	2	0	1	0	1	1	0	1	0	2	2	0	10
3.	2	1	0	2	1	1	1	1	0	1	2	1	13

Продолжение таблицы 2 – ответы подростков в контрольной группе

№ вопроса/ имя ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Сумма баллов
4.	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	16
5.	2	0	1	1	2	1	0	2	1	0	1	1	12
6.	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	11
7.	1	2	1	0	1	0	2	1	1	1	2	0	12
8.	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	19
9.	1	2	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	7
10.	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	21
11.	2	2	0	2	1	1	2	1	0	1	2	0	14
12.	1	2	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	7
13.	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	15
14.	1	2	2	2	1	2	2	0	1	1	2	1	17
15.	2	2	2	1	2	1	0	1	0	0	2	0	13
16.	2	2	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	8
17.	1	2	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	8
18.	2	2	0	2	0	1	1	1	1	1	2	2	15
19.	1	2	0	1	2	0	0	1	0	0	1	1	9
20.	2	2	2	0	1	1	0	0	2	1	2	2	15
Сумма													254

В сумме контрольная группа набрала 254 балла из 504 баллов.

Общие результаты первого этапа диагностики уровня духовной воспитанности подростков контрольной группы представлены в таблице 3 и на рисунке 4.

Таблица 3 – Результаты диагностики первого этапа духовной воспитанности подростков контрольной группы

Уровень духовной воспитанности	Число подростков (%)
высокий уровень	3 (15%)
средний уровень	12 (60%)
низкий уровень	5 (25%)

Результаты диагностики начального уровня духовной воспитанности подростков в контрольной группе представлены на рисунке 4.

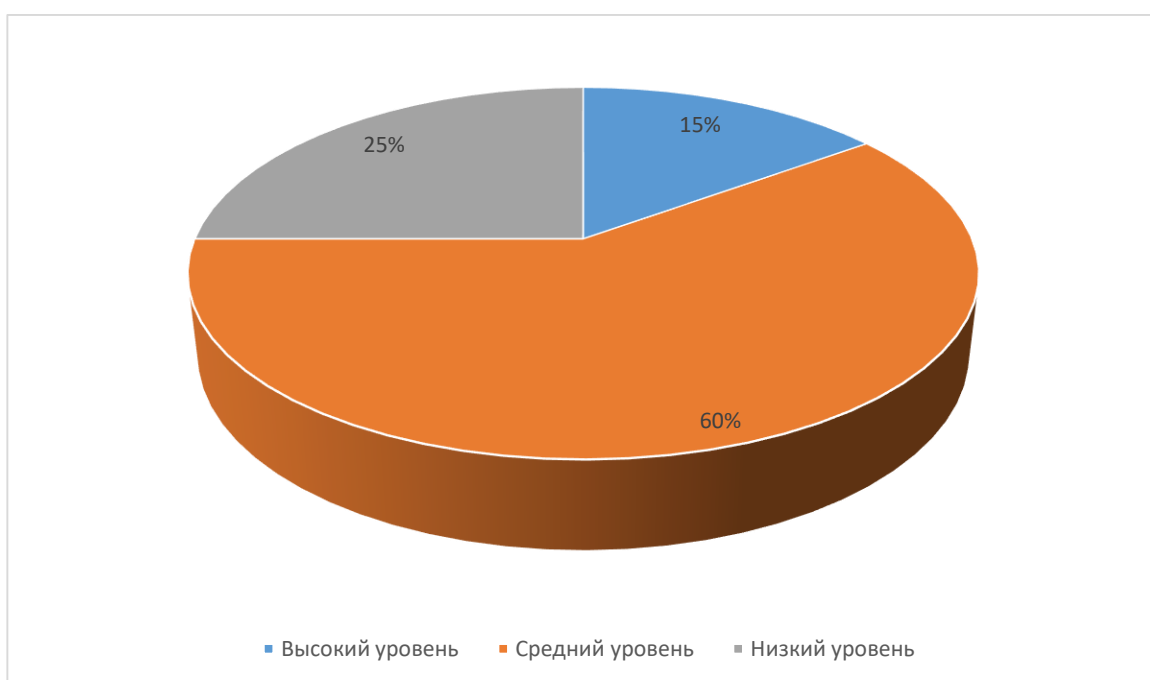


Рисунок 4 – Анализ уровня духовной воспитанности подростков в контрольной группе

Анализ подростков экспериментальной группы показал, что большая часть подростков имеют средний уровень духовной воспитанности, пятеро – низкий и только трое респондентов имеют высокий уровень духовного воспитания. Данные опроса подростков экспериментальной группы отображены в таблице 4.

Таблица 4 - Данные опроса подростков экспериментальной группы

№ вопроса имя	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Сумма баллов
1.	1	2	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	9
2.	1	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	1	18
3.	2	2	0	1	1	1	1	2	1	1	2	1	15
4.	1	2	1	2	1	1	1	1	0	0	1	0	11
5.	2	2	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	9
6.		2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	15
7.	2	0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	0	11
8.	1	2	0	1	0	2	2	1	0	0	1	1	11
9.	2	2	2	1	0	1	2	0	1	1	0	1	13
10.	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	24
11.	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	20
12.	2	2	0	2	1	2	2	2	2	0	1	0	16
Сумма													172

В сумме экспериментальная группа набрала 172 баллов из 456 возможных. Результаты анализа начального уровня духовной воспитанности подростков экспериментальной группы представлены в таблице 5 и рисунке 2.

Таблица 5 – Результаты анализа начального уровня духовного воспитания подростков экспериментальной группы

Уровень духовной воспитанности	Число подростков (%)
высокий уровень	2 (15%)
средний уровень	10 (71%)
низкий уровень	2 (14%)

Результаты анализа начального уровня духовного воспитания подростков в экспериментальной группе на рисунке 5.

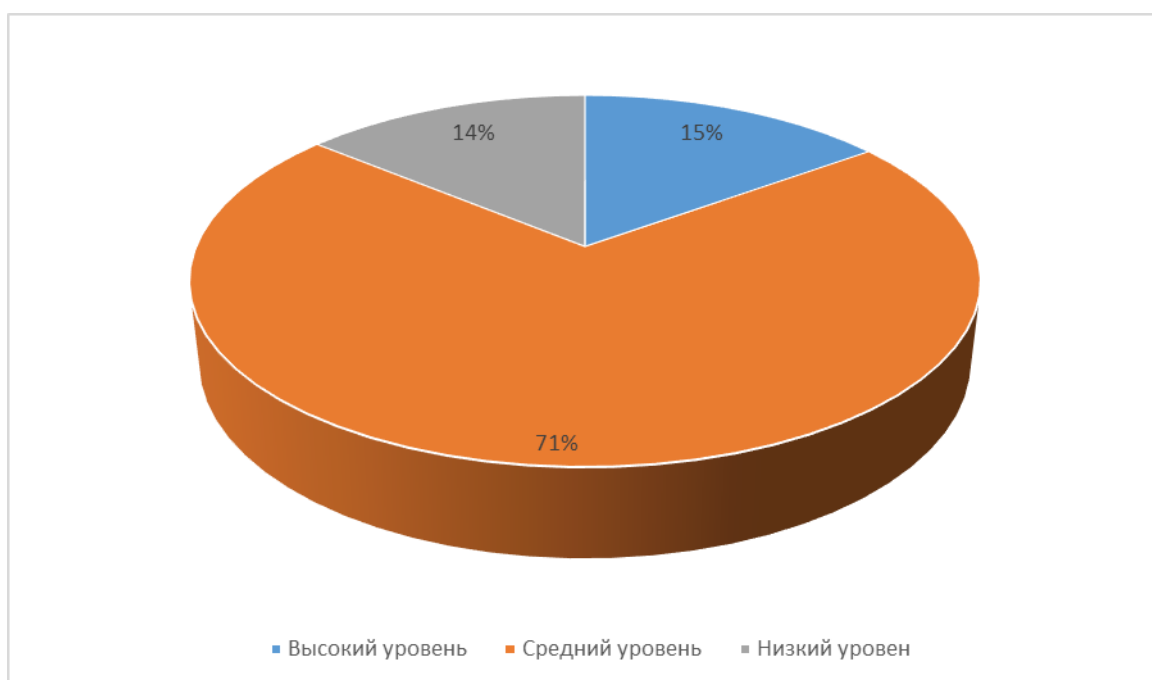


Рисунок 5 – Анализ уровня духовной воспитанности подростков в экспериментальной группе

Таким образом, подводя итог проведенному анализу в контрольной и экспериментальной группах отметим, что начальная диагностика показала результаты в обеих группах примерно похожими. Многие подростки имеют средний и низкий уровни духовной воспитанности. Высокий уровень подтвердился в обеих группах всего у 5 человек, что подтверждает актуальность исследования.

На контрольном этапе эмпирического исследования была проведена повторная диагностика духовной воспитанности подростков; сравнение полученных результатов констатирующего и контрольного этапов исследования; обобщение результатов исследования; сделаны выводы об эффективности разработанной программы.

Повторная диагностика уровня духовного воспитания подростков осуществлялась с помощью тех же методов, что и на констатирующем этапе исследования.

Как показал повторный опрос, большинство детей контрольной группы по-прежнему имеют средний уровень духовной воспитанности, трое имеют низкий уровень. Данные опроса детей контрольной группы представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Бланк ответов подростков контрольной группы

№ вопроса/ имя подростка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Сумма баллов
1.	1	0	0	0	1	1	0	1	2	1	0	2	9
2.	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	18
3.	1	2	0	2	1	1	2	1	0	1	0	2	13
4.	1	2	0	1	2	1	1	1	1	2	0	2	14
5.	2	2	1	2	0	0	2	1	2	0	2	1	15
6.	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	0	2	17
7.	2	2	1	0	1	2	2	1	1	1	2	2	17
8.	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	22
9.	2	2	2	0	1	2	1	0	0	0	0	1	11
10.	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	22
11.	2	2	2	1	1	1	2	1	0	1	1	2	17
12.	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	10
13.	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	0	2	17
14.	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	19
15.	2	2	2	1	2	1	2	1	1	0	0	2	16
16.	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	17
17.	2	2	0	1	0	0	1	2	2	2	2	1	14
18.	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	20
19.	2	2	2	2	2	0	0	1	0	0	0	1	12
20.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	23

В сумме контрольная группа набрала 323 балла из возможных 504, таким образом, средний уровень духовной воспитанности контрольной группы составил 60%. Таким образом, по сравнению с результатами начальной диагностики уровень духовной воспитанности у данной группы повысился на 1,9%.

Обобщенные результаты повторной диагностики детей контрольной группы представлены в таблице 7 и на рисунке 6.

Таблица 7 – Результаты повторной диагностики уровня духовной воспитанности подростков в контрольной группе

Уровень духовной воспитанности	Количество подростков (%)
высокий уровень	6 (28,57%)
средний уровень	13 (61,9%)
низкий уровень	1 (4,76%)

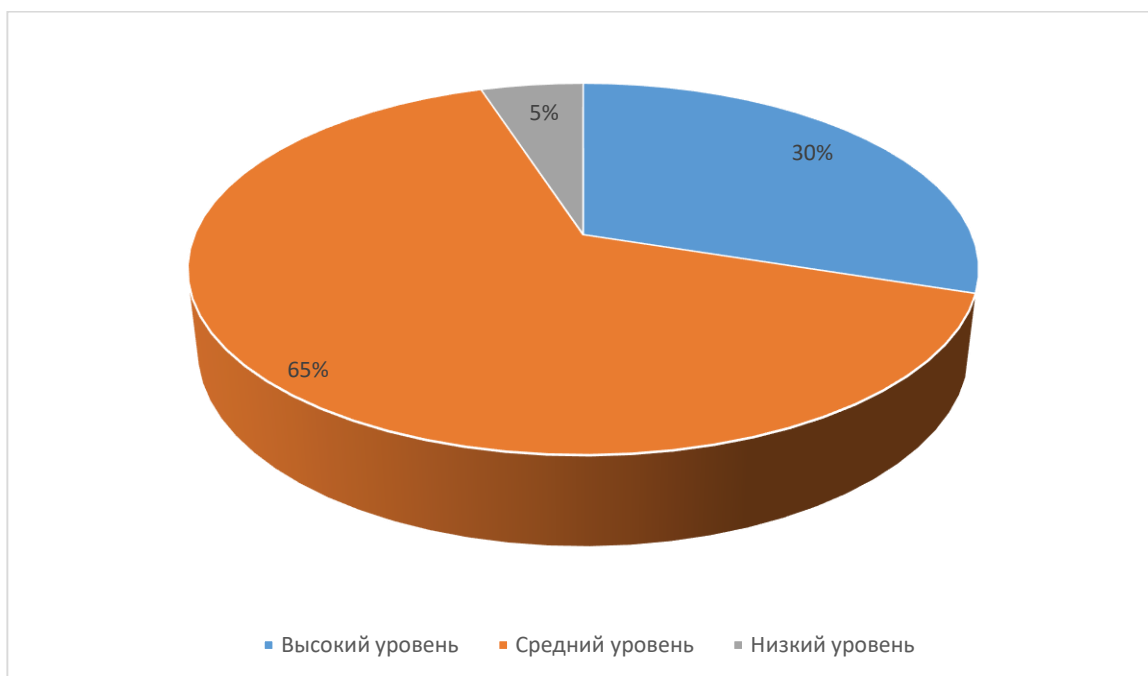


Рисунок 6 – Повторный анализ уровня духовной воспитанности подростков в контрольной группе

Результаты повторного анализа уровня духовной воспитанности подростков экспериментальной группы представлены в таблице 8.

Таблица 8 - Бланк ответов подростков экспериментальной группы

№ вопроса/ подросток	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Сумма баллов
1.	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	19
2.	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	22
3.	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	22
4.	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	18
5.	2	2	1	2	0	2	2	1	1	0	1	1	16
6.	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	22
7.	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	19
8.	2	2	2	1	0	0	2	1	2	0	1	1	14
9.	2	2	2	1	0	1	2	0	2	1	2	1	17
10.	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	24
11.	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	18
12.	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	22
Сумма													233

По сумме баллов экспериментальная группа набрала 233 балла из 456 возможных, то есть высокий уровень духовной воспитанности подростков составил 58,33%.

Таким образом, по сравнению с результатами начального анализа уровень духовной воспитанности подростков у данной группы повысился на 41,33%. Обобщенные результаты повторного анализа подростков экспериментальной группы представлены в таблице 9 и на рисунке 7.

Таблица 9 – Результаты повторного анализа уровня духовной воспитанности подростков экспериментальной группы

Уровень духовной воспитанности подростков	Количество подростков (%)
высокий уровень	7 (58,33%)
средний уровень	5 (41,67%)
низкий уровень	0 (0%)

Результаты повторного анализа уровня духовной воспитанности подростков экспериментальной группы на рисунке 7.

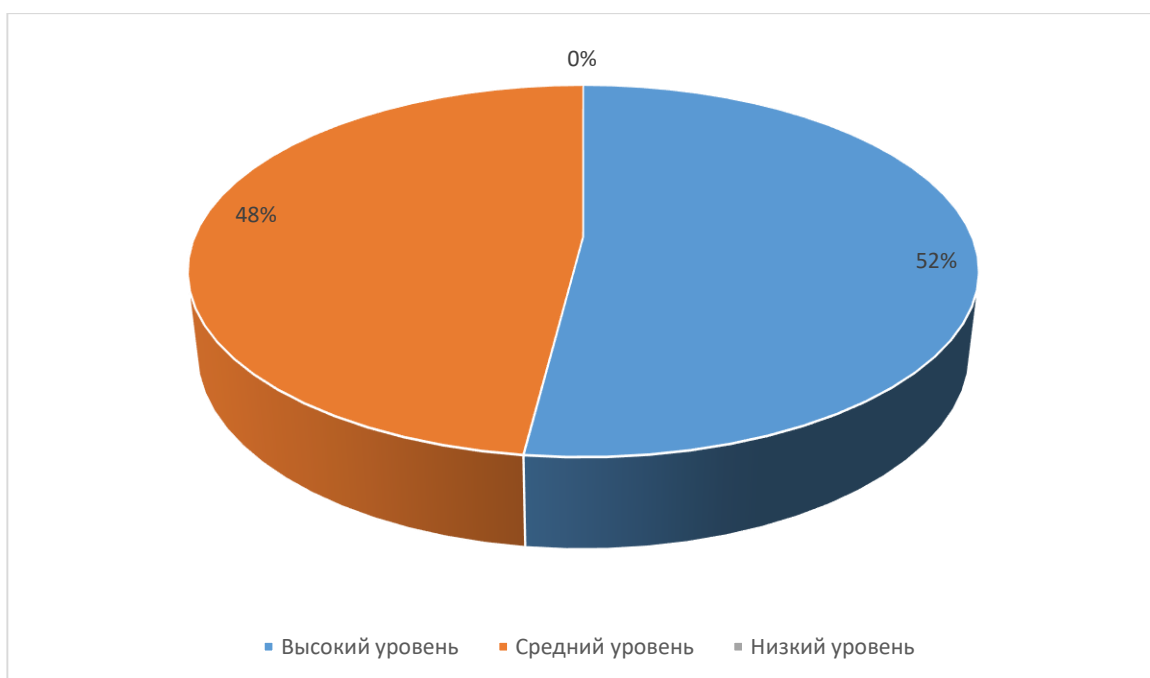


Рисунок 7 – Повторный анализ уровня духовной воспитанности подростков экспериментальной группы

Сравнительный анализ результатов контрольного и экспериментального этапов представлены на рисунках 8 и 9.

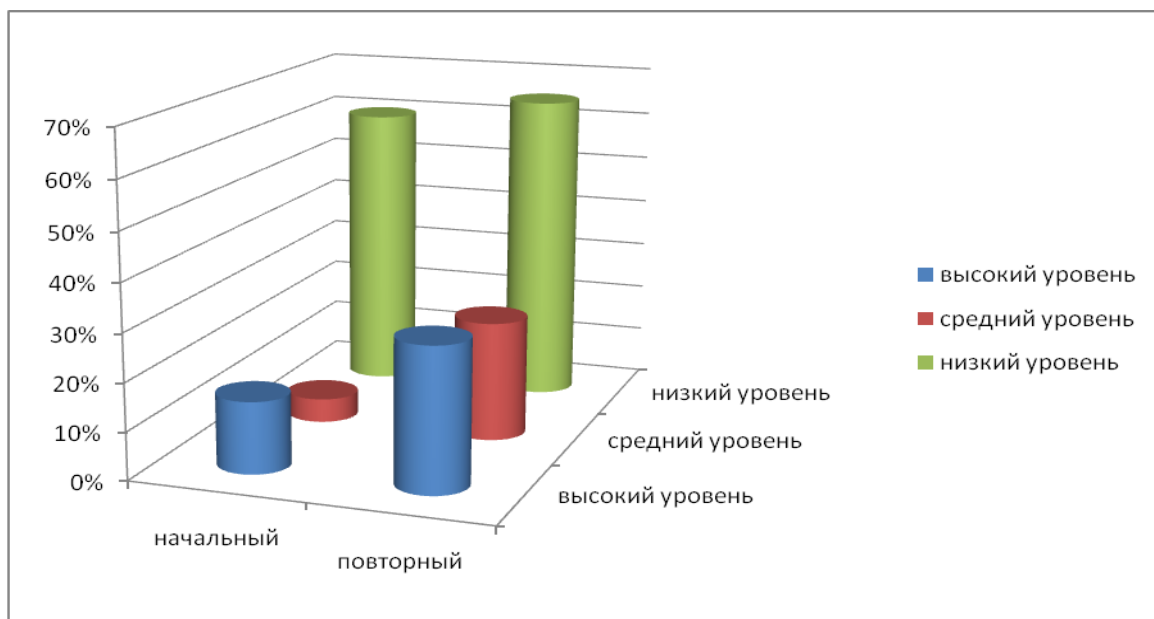


Рисунок 8 – Сравнительный анализ результатов контрольной группы подростков

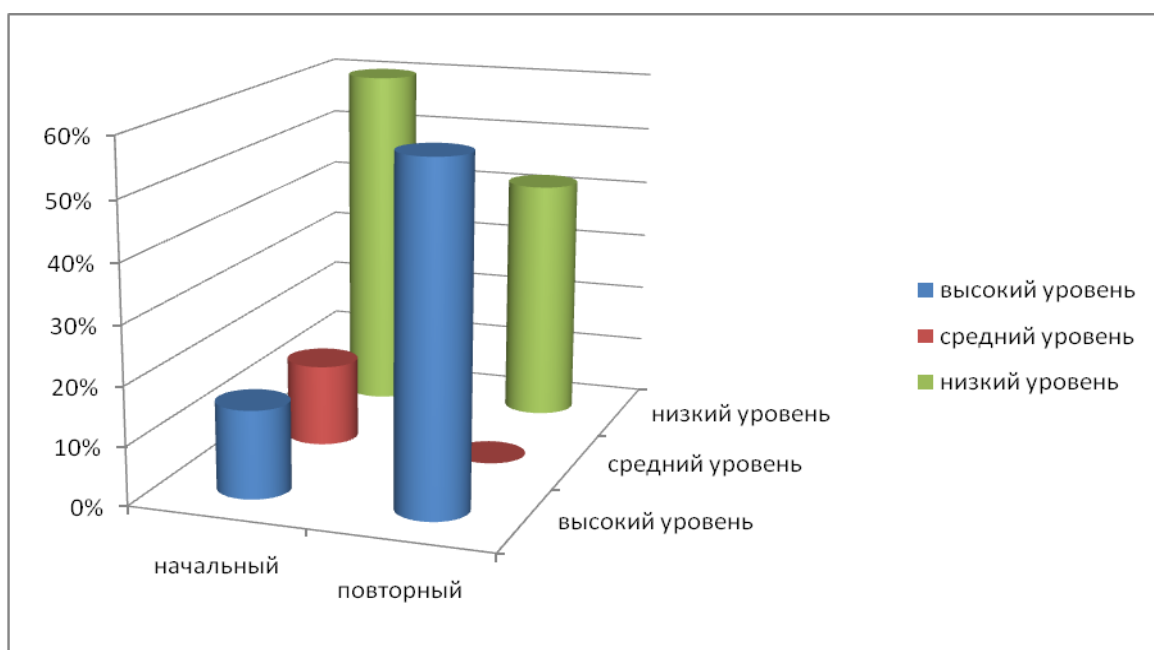


Рисунок 9 – Сравнительный анализ результатов экспериментальной группы подростков

Мы видим, что в экспериментальной группе количество подростков с высоким уровнем духовной воспитанности увеличилось на 42%, в то время как в контрольной группе только на 15%.

Таким образом, эффективность разработанной методики с использованием народных игр для развития духовной воспитанности старших школьников считаем доказанной.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассмотренная проблема формирования духовной воспитанности учащихся сельской школы в условиях крайнего севера посредством народных игр позволяет подвести некоторые итоги теоретической и опытно-экспериментальной работы и сделать выводы, подтверждающие верность исходной гипотезы.

Обобщая результаты исследования, мы пришли к следующим выводам:

1. В исследовании доказано, что народные игры физического воспитания являются частью общенациональной культуры, имеющей глубокие корни в истории развития нашей многонациональной страны. Проводя курс на формирование духовной воспитанности, мы тем самым приобщаем школьников к истокам духовности.

2. На основании принятых исходных положений была осуществлена реализация методики формирования духовной воспитанности посредством народных игр на уроках физического воспитания. Задачей завершающего периода эксперимента явилась расширение и углубление достигнутых знаний.

3. Эксперимент показал, что в процессе применения народных игр физического воспитания наблюдались самые разнообразные проявления доброжелательности и гуманности по отношению к сверстникам: от приветливости, одобрительного знака, оценки, до проявления помощи, заботы, доброжелательного сотрудничества, радости от совместных действий.

В целом можно констатировать, что результаты эксперимента подтверждают выдвинутую гипотезу, и доказывают эффективность предложенной методики.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александров, В. Г. Духовная, традиция гуманной педагогики / В. Г. Александров, - М.: Мысль, 2013. - 173 с.
2. Ананьев, Б. Г. Психология чувственного познания / Б. Г. Ананьев, М.: Изд-во АПН РСФСР, 2008. - 486 с.
3. Андрусенко, В. А. Формирование духовности: пособие для учителей, педагогов доп. образования, студентов / В. А. Андрусенко. - Оренбург: Изд-во Оренб. ун-та, 2009. - 267 с.
4. Анисимов, С. Ф. Мораль и поведение / С. Ф. Анисимов. – М.: Мысль, 2008. - 141 с.
5. Анисимов, С. Ф. Моральная мотивация / С. Ф. Анисимов // Этика / Под ред. А. А. Гусейнова и Е. Л. Дубко. - М.: Гардарики, 2007. - С. 367-383.
6. Арсеньев, А. С. Философские основания понимания личности: учеб.пособие для студентов вузов / А. С. Арсеньев, - М.: Академия, 2010. - 592 с.
7. Абраменков, В. В мире детских игр. //Воспитание школьников. - 2000. - №7. С.12-23.
8. Азбука нравственного воспитания. /Под ред. И. Богдановой - М.: Просвещение, – 1975. - 120 с.
9. Афанасьев, Л. А. Айыы уорэ5э. Дьокуускай, 2016. 180 с.
10. Афанасьев, В. Ф. Педагогические идеи в якутском народном творчестве // Сов. педагогика. 2014. - №3. - С. 120-125.
11. Афанасьев, В. Ф. Школа и развитие педагогической мысли в Якутии. - Якутск, 2006. 343 с.
12. Бакиров, В. С. Духовные ценности как объект философского анализа / В. С. Бакиров // Философская мысль. - 2017. - №4. - С. 17-24.
13. Бачинин, В. А. Духовная культура личности: философские очерки / В. А. Бачинин. - М.: Мысль, 2016. - 175 с.
14. Бездухов, В. П. Гуманистическая направленность учителя / В. П. Бездухов, - Самара-СПб.: Изд-во СамГПУ, 2016. - 172 с.

15. Бердяев, Н. А. Дух и реальность / Н. А. Бердяев, - М.: Феникс, 2016. - 456 с.
16. Бердяев, Н. А. О человеке, его свободе и духовности: избранные тр. / Н.А. Бердяев, - М.: Флинта, 2014. - 310 с.
17. Беспалько, В. П. Основы теории педагогических систем / В. П. Беспалько, - Воронеж: Изд-во Воронеж, ун-та, 2010. - 215 с.
18. Бим-Бад Б. М. Антропологическое обоснование теории и практики современного образования / Б. М. Бим-Бад. - М.: РОУ, 2009. - 136 с.
19. Блауберг, И. В. Проблема целостности и системный подход / И.В. Блауберг. - М.: Эдиториал, 2018. - 448 с.
20. Братусь, Б. С. Нравственное сознание личности (Психологическое исследование) / Б. С. Братусь. - М.: Знание, 2014. - 64 с.
21. Буева, Л. П. Духовность и проблемы нравственной культуры: круглый стол «Духовность, художественное творчество, нравственность» / Л. П. Буева // Вопросы философии. - 2011. - №2. - С. 3-9.
22. Бабанский, Ю. К. Избранные педагогические труды. М.: Педагогика, 2003. - 560 с.
23. Бакшина, А. И., Платонов Д.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Якутск, 2007. - 17 с.
24. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и для каждого. М.: Физкультура и спорт, 2011. - 201 с.
25. Басакин, В. Н. К вопросу оценки устойчивости организма человека к холоду // В сб. Биологические проблемы Севера. Якутск, 2018. - Вып. 8.- С. 59-62.
26. Белинский, В. Г. Избранные педагогические сочинения. М.: Педагогика, 2003. -287 с.
27. Белорусова, В. В. Основные проблемы теории и методики нравственного воспитания: Автореф. дисс. д-ра пед. наук. М., 2014. - 20 с.
28. Бердяев, Н. А. Самосознание. М.: Книга, 1991. - 445 с.

29. Бердяев, Н. А. Духовное состояние современного мира. Собр. соч. в 2-х т.- М.: Искусство, 2009. Т.1.
30. Березкин, И. Г. Саха былыргы сэбэннэрэ уонна кэпсээннэрэ. Дьокуускай, 2011. - 302 с.
31. Бешимов, Д. Народные традиции в нравственном воспитании школьников старших классов: Дисс. . канд. пед. наук. М., 2014. - 174 с.
32. Билюкина, А. А. Языческие обряды якутов. Якутск, 2017. - 80 с.
33. Биологические проблемы Севера /Под ред. Н. Р. Деряпа, А. П. Соломатина, Н. Г. Неверова, Петрозаводск, 2002. - 133 с.
34. Воспитание детей в школе: новые подходы и новые технологии / под, ред. Н. Е. Щурковой, - М.: Педагогика, 2019. - 180 с.
35. Воспитательная деятельность педагога: учеб. пособие для студентов вузов / И. А. Колесникова [и др.]. - М.: Академия, 2015. - 336 с.
36. Варламов, А. Н. Традиционные игры и состязания эвенков. Якутск, 2003. - 11 с.
37. Васильев, П. К., Охлопков, М. К. Сахалыы оонньуулар. Дьокуускай, 2006. -60 с.
38. Васильев, С. С. Айыы Дьураҕастай — олонхо. Дьокуускай, 2011. - 95 с.
39. Винокурова, У. А. Сказ о народе саха. Якутск, 2002. - 144 с.
40. Волков, Г. Н. Вечность воспитания // Народное образование. 1994.- № 4. С. 69.
41. Волков, Г. Н. Якутские этнопедагогические этюды /Сост. А. А. Григорьева, - Якутск, 2004. 70 с.
42. Гонгаренко, Н. В. Духовная культура: источники и движущие силы прогресса / Н. В. Гонгаренко, - Киев: Наук, думка, 2013. - 379 с.
43. Габдрахманов, Н. Г. Школьные традиции как средство нравственного воспитания подростков в условиях обновления общего образования: Автореф. дисс. . канд. пед. наук. Казань, 1997. - 17 с.

44. Гонтмахер, П. Я. Эстетическая и историческая ценность национальных игр коренных народов Приамурья и Сахалина: Научно-метод. Рекомендации.
45. Гурвич, И. С. Культура северных якутов-оленьеводов. М.: Наука, 2008. - 284 с.
46. Дерманова, И. Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития / И. Б. Дерманова, - СПб.: Речь, 2012. - 176 с.
47. Дмитриева, Э. Г. Основы духовности и нравственности / Э. Г. Дмитриева // Начальная школа. - 2016. - № 4. - С. 8-10. Колесникова, И.А. Воспитание человеческих качеств / И. А. Колесникова // Педагогика. - 2016. - №8. - С. 56-61.
48. Кондратов, В. А. Нравственные ценности и личность / В. А. Кондратов. - Ростов н/Д: Изд-во Рост, ун-та, 2012. - 258 с.
49. Никандров, Н. Д. Духовные ценности и воспитание человека / Н. Д. Никандров // Педагогика. - 2015. - №3. - С. 3-10.
50. Никандров, Н. Д. Ценности как основа системы воспитания / Н. Д. Никандров // Педагогика. - 2017. - № 4. - С. 7-15.
51. Новиков, Л. И. Духовное производство: источники, функции, механизмы / Л.И. Новикова // Общественные науки. - 2016. - №5. - С. 38-44.
52. Нравственная жизнь человека: искания, позиция, поступки / редкол. А. И. Титаренко [и др.]. - М.: Мысль, 2011. - 295 с.
53. Панова, Н.Г. Культурно-досуговая деятельность как средство формирования нравственного иммунитета молодежи: Общество и экономика в эпоху глобализации: сборник научных трудов по итогам научно-практической конференции / Н.Г. Панова. - М.: Буки-веди, 2016. - С. 36-40.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Анкета для учителей общеобразовательной школы Шкала оценивания уровня духовного воспитания детей 15-17 лет проживающих в условиях крайнего севера

Уважаемый респондент! Просим Вас принять участие в опросе и ответить на вопросы анкеты. Внимательно прочтите каждый вопрос и возможные варианты ответов к нему. Выберите ответ, наиболее отвечающий вашему мнению, и укажите его. Ваше мнение очень важно для нас! Данное анкетирование позволит оценить верность созданной нами шкалы, и даст возможность для дальнейшего использования.

Таблица 9 – Шкала оценивания уровня духовной воспитанности

Оценка	Критерии
3	отсутствие системы знаний о духовных ценностях; невыполнением либо нарушением норм общественной морали; несформированностью внутренних регуляторов нравственного поведения.
4	недостаточная осознанность и неустойчивость ориентации на духовные ценности; формы нравственного поведения находятся в большей зависимости от конкретной ситуации, предъявляемых требований; нравственная позиция определяется как положительно-неустойчивая.
5	Наличие знаний об основах общечеловеческой морали; сформированностью духовных ценностей, проявляющихся как устойчивое свойство личности; устойчивостью и действенностью морально-волевых проявлений.

1. Согласны ли Вы с критериями оценки "3" в шкале, представленной выше?

Если у Вас имеются замечания, выберите вариант "другое" и напишите их.

- Да, согласен
- Другое _____

2. Согласны ли Вы с критериями оценки "4" в шкале, представленной выше?

Если у Вас имеются замечания, выберите вариант "другое" и напишите их

- Да, согласен
- Другое _____

3 Согласны ли Вы с критериями оценки "5" в шкале, представленной выше?

Если у Вас имеются замечания, выберите вариант "другое" и напишите их.

- Да, согласен
- Другое _____

4 Ваш преподавательский стаж

- 1–4 года
- 4–6 лет
- 6–8 лет
- 8 и более лет

5 Ваша квалификационная категория

- Первая квалификационная категория
- Высшая квалификационная категория
- Категория отсутствует

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Предлагаемый вариант анкеты для учащихся.

1. Во время каникул, когда ты собирался поехать отдохнуть, классный руководитель неожиданно попросил тебя привести в порядок кабинет. Как ты поступишь?

- а) Скажешь, что согласен помочь, и отложишь отъезд.
- б) Соберешь ребят и вместе с ними сделаешь всю работу за 1 день.
- в) Пообещаешь выполнить работу после возвращения.
- г) Посоветуешь привлечь на помощь того, кто остается в селе.

2. Тебе дали поручение, которое не совсем по душе, но его выполнение срочно необходимо коллективу. Как ты поступишь?

- а) Добросовестно выполнишь поручение.
- б) Привлечешь товарищей, чтобы не делать поручение одному.
- в) Попросишь дать тебе другое, более интересное для тебя поручение.
- г) Найдешь отговорку для отказа.

3. Ты случайно услышал, как группа одноклассников высказали справедливые, но неприятные замечания в твой адрес. Как ты поступишь?

а) Постараешься объяснить ребятам, чем были вызваны просчеты в твоём поведении.

б) Переведешь разговор в шутку, но постараешься поскорее исправить недостатки, о которых шла речь.

в) Сделаешь вид, что ничего не слышал.

г) Укажешь ребятам, что они сами не лучше тебя, особенно потому, что говорят, о тебе в твоём присутствии.

4. В трудовом лагере, во время прополки у тебя на руках образовались болезненные мозоли. Как ты поступишь?

- а) Будешь, преодолевая боль, выполнять норму, как все.
- б) Обратишься за помощью к друзьям.
- в) Попросишь освободить тебя от этой работы и перевести на другую.
- г) Пойдешь отдыхать.

5. Ты стал свидетелем того, как один человек не заслуженно обидел другого на твоих глазах. Как ты поступишь?

- а) Потребуешь от обидчика извинений в адрес пострадавшего.
- б) Разберешься в причинах конфликта и добьешься его устранения.
- в) Выразишь соболезнование тому, кого обидели.
- г) Сделаешь вид, что тебя это не касается.

6. Ты случайно, не желая этого, нанес ущерб или причинил зло другому человеку. Как ты поступишь?

- а) Сделаешь все возможное для устранения зла, ущерба.
- б) Извинишься, объяснишь пострадавшему, что не хотел этого.
- в) Постараешься, чтобы никто не заметил нанесенного тобой ущерба.
- г) Свалишь вину на того, кто пострадал: пусть не лезет, сам виноват.

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
Н.В. Соболева

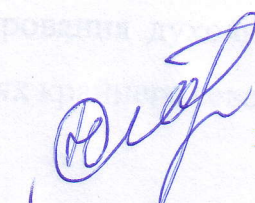
« 28 » июни 2022 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

**МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНОЙ ВОСПИТАННОСТИ
ПОДРОСТКОВ 15-17 ЛЕТ ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО
СЕВЕРА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАРОДНЫХ ИГР**

Научный руководитель


к.п.н., доцент Н.В. Соболева

Выпускник


Е.Е. Старков

Нормоконтролер


Е.А. Рябченко

Красноярск 2022